

TABLE DES MATIERES

PREMIERE PARTIE

Remerciements

Préface (Jacques Vigne)

Un livre pour qui et pour quoi à une époque où les rêves reprennent de la couleur ?

Deux rêves qui ont marqué ma vie

Ma démarche

Quelques définitions

Revue générale de la littérature, de l'Antiquité au XIXème siècle

De la haute Antiquité à la période romaine

Le rêve dans les religions monothéistes et le bouddhisme

Les conceptions de l'école romantique

Modèles théoriques du XXème siècle

Etudes neurophysiologiques, somatiques et énergétiques

- Etudes neurophysiologiques
- Rêves somatiques
- Approche énergétique des rêves

Rêves récurrents, rêves traumatiques et cauchemars

Les modèles d'interprétation des auteurs classiques

- Le rêve selon S. Freud
- Le rêve chez A. Adler
- C.-G. Jung et le rêve
- Le décodage du rêve selon F. Perls et la Gestalt
- M. Boss et l'approche existentialiste du rêve

Approche parapsychologique des rêves

- Rêves prémonitoires ou précognitifs
- Rêves télépathiques
- Rêves de clairvoyance
- Rêves-révélation (artistiques, scientifiques et techniques, politico-militaires, religieux)

Rêves lucides et rêves spirituels

- Rêves lucides ou rêves conscients
- Rêves spirituels
- Rêves dirigés consciemment à des fins spirituelles (*yoga nidra*)
- Rêve éveillé dirigé

Phénomènes à distinguer des rêves : visions, rêveries diurnes et somnambulisme

- Visions
- Rêveries ou rêvasseries diurnes
- Somnambulisme

DEUXIEME PARTIE

Événements existentiels et contextes de vie des rêveurs

Les rêveurs et leurs niveaux de conscience et de développement

Phase pré-personnelle ou animale du développement

- Stade sensori-moteur
- Stade oral
- Stade anal
- Stade phallique ou narcissico-phallique

Phase psychologique « personnelle » ou humaine du développement

- Stade des rôles et des règles
- Stade identitaire
- Stade centaurique

Phase transpersonnelle ou spirituelle du développement

- La bande parapsychologique
- Stade de libération
- Quelques manifestations d'évolution involutive

TROISIEME PARTIE

Nouvelle classification des rêves en fonction des niveaux évolutifs des rêveurs

Rêves somatiques, instinctuels, pulsionnels et énergétiques

- Rêves annonceurs de maladie
- Rêves, cycles menstruels et grossesse
- Rêves instinctuels
- Rêves pulsionnels à contenus sexuels
- Rêves de convalescence
- Rêves-conseils
- Rêves énergétiques selon la médecine chinoise
- Deux cas particuliers : les terreurs nocturnes et le somnambulisme

Rêves émotionnels

- Rêves répétitifs angoissants
- Rêves récurrents
- Rêves traumatiques
- Cauchemars
- Rêves de morcellement
- Rêves de peurs et de désirs ou rêves freudiens

Rêves-miroirs ou rêves identitaires

Rêves, parapsychologiques ou paranormaux

- Rêves prémonitoires ou précognitifs
- Rêves télépathiques

- Rêves de clairvoyance
- Rêves-découvertes ou rêves-révélation
- Rêves de guérison
- Le cas particulier des rêves d'appartenance au système familial

Rêves transpersonnels

- Rêves lucides ou rêves conscients
- Rêves spirituels

Rêves mixtes

QUATRIEME PARTIE

Le rêve, mode d'emploi

Quelles valeurs donner à nos rêves ?

- Pour le rêveur
- Pour le thérapeute
- Pour le groupe social

Quelques conseils pratiques pour comprendre et interpréter les rêves d'autrui

Quelques conseils aux rêveurs pour la production, la mémorisation, la consignation et l'analyse de leurs propres rêves

- Pour la production, la mémorisation, la consignation et l'analyse des rêves
- Pour interpréter les rêves

Le cas particulier de l'analyse de rêves en groupe

En guise de conclusion non conclusive

Pour en savoir plus (bibliographie)